

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
10.00 Zumba Jeanette		10.00 Cirkelträning Amanda	06.15 Spinning Activio 45min Samuel	10.00 Cirkelträning Amanda	09.00 Zumba 55 min Jeanette	
10.30 Strong By Zumba Jeanette		10.30 Step Amanda		10.30 Rörlighet/ stretch Amanda	10.00 Spinning Activio 25 min Samuel 10.30 Spinning Activio 25 min Samuel	
						16.30 Yoga 55 min EevaLiisa
17.30 Cirkelträning Anne	17.00 Yogalates 55 min Eeva-Liisa Startar 6/2	17.00 Zumba 55 min Nadja				17.30 Meditation 25 min EevaLiisa
18.00 Spinning Activio Samuel 18.00 Zumba Toning Loreto	18.00 Step Amanda	18.00 Multicross Marianne	18.00 Cirkelträning Lotta 18.00 Dansaerobics Erik			18.00 Zumbastep 55min Sture
18.30 Spinning Activio Samuel 18.30 Zumba Fitness Loreto	18.30 Mage/ Rumpa/Lår Amanda	18.30 Spinning Marianne	18.30 Spinning Hit Lotta 18.30 Mage/Rumpa/ Lår Amanda			
19.00 Skivstång Marianne 19.00 Multicross Samuel	19.00 Zumba Fitness Jeanette	19.00 Skivstång Maria	19.00 Multicross Amanda 19.00 Nybörjaryoga EevaLiisa			
19.30 Mage/rygg Marianne	19.30 Strong By Zumba Jeanette	19.30 Mage/Rygg Maria				